Детская ревность

✔ Как распознать ревность?  
Классическое проявление ревности — когда старший ребенок в тайне от родителей причиняет вред беззащитному новорожденному: щиплет, дергает за волосы, ломает или прячет его вещи и игрушки. Однако не все дети выражают свою ревность таким способом. Иногда эта обида проявляется в внешне беспричинном плохом поведении, капризах, даже болезнях. Так первенец дает понять, что ему не хватает маминой любви, пытается вновь вернуть себе родительское внимание.

✔ Как помочь детям ужиться вместе?  
Прежде всего, специалисты рекомендуют не настраивать старшего ребенка на то, что младший сразу станет для него товарищем по играм, чтобы не было разочарования. Наоборот, поначалу родившийся малыш будет лишь забирать львиную долю маминого времени и внимания. Однако старший при этом ни в коем случае не должен быть ущемлен. Необходимо, по возможности, сохранить его прежний режим дня – любые резкие перемены, особенно в первое время после появления малыша, нежелательны. Крайне важно, чтобы в первые месяцы после рождения младшего ребенка мама находила время играть со старшим, гулять с ним и делать все то, что делала раньше. Если есть возможность, стоит нанять хорошую няню для младшего ребенка, попросить бабушек, дедушек, других близких родственников помогать первое время с малышом, чтобы иметь возможность, не «разрываясь» и не раздражаясь, уделять достаточно времени старшему. Тогда он постепенно привыкнет к существованию брата или сестры, не почувствует себя обделенным маминым вниманием и не будет испытывать болезненной ревности. Иногда старший ребенок может начать вести себя как младенец: просить запеленать его, дать пустышку или грудь. В таком случае лучше всего подыграть ему — так он быстрее успокоится.

✔ Как делить игрушки между детьми?  
Эту сферу должны регулировать четкие правила. Какая-то часть игрушек должна быть общей, а какие-то игрушки должны быть личными у каждого из детей. Дети должны знать, что если он хочет попросить что-то у другого, ему следует предложить что-то взамен. Если братья или сестры спорят из-за одной и той же игрушки, мама может убрать ее в недоступное для них место, пояснив, что игрушка вернется к ним, когда они помирятся и научатся играть по очереди. Очень важно хвалить детей, когда они уступают друг другу. Если младший ребенок еще не может сказать «спасибо», родители должны поблагодарить старшего от его имени.

✔ Можно ли избежать детской ревности?  
Родители нередко заблуждаются, уверяя себя, что в их семье детской ревности не будет. Внимательным и заботливым родителям нередко удается минимизировать эту проблему, но полностью избежать ее не удается практически никому. Нормальный ребенок должен пройти испытание ревностью, прожить этот тяжелый момент конкуренции с родным братом или сестрой. Только от родителей зависит, научится ли он справляться со своими эмоциями без ущерба для психического здоровья.

✔ Как объяснить старшему ребенку, что его любят не меньше, чем младшего?  
Поскольку дети очень чувствительны к языку жестов и прикосновений, стоит уделять больше внимания именно этой стороне общения. Родители ни в коем случае не должны обделять своего первенца лаской, им нужно стараться как можно чаще гладить по голове, обнимать его, прижимать к себе. Очень полезно делать массаж двум детям одновременно и укладывать их на дневной сон вместе. Очень привязывает старшего ребенка к малышу его участие в жизни новорожденного, его заботы о маленьком, активная помощь маме. Мама ни в коем случае не должна забывать подчеркивать его значимость и хвалить старшего ребенка. Покупая что-то для малыша, родители не должны забывать о старшем. И еще одно важное правило: старшего ребенка нельзя ругать в присутствии малыша, даже если проблема ревности не стоит остро.